

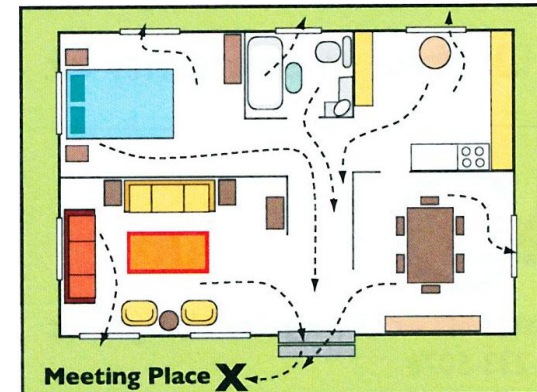
نقشه خطر



رسم نقشه خطر

رسم نقشه خطر، روش آموزشی است که در کشورهای مختلف از جمله ژاپن و همچنین کشور خودمان در استان های گلستان، کرمان و تهران بسیار موثر بوده است.

در این روش شما مشارکت تمام خانواده را جلب می کنید و خانواده شرایط خطر خود را با تصویر می بیند.





روش تهیه نقشه های تخلیه اضطراری

- ▶ داشتن نقشه
- ▶ تنها یک ایده خوب نیست
- ▶ یک قانون برای پاسخ به نیاز است

EVACUATION PLAN HOTEL

5th Floor Room 503

IN CASE OF FIRE

1. Remove all people from danger.
2. Close all doors and windows.
3. Activate fire alarm.
4. Call the fire department, 9-1-1.
5. Leave building using the fire exit.
6. Do not use elevators.

LEGEND

- You are here
- Primary exit
- Secondary exit
- Fire Alarm
- Portable extinguisher



How to Create a FIRE ESCAPE PLAN

PREPARED-Housewives

Floor 1

FIRE ESCAPE PLAN

1- Draw a Map of Your Home

Floor 1

FIRE ESCAPE PLAN

Find 2 Ways Out of Each Room

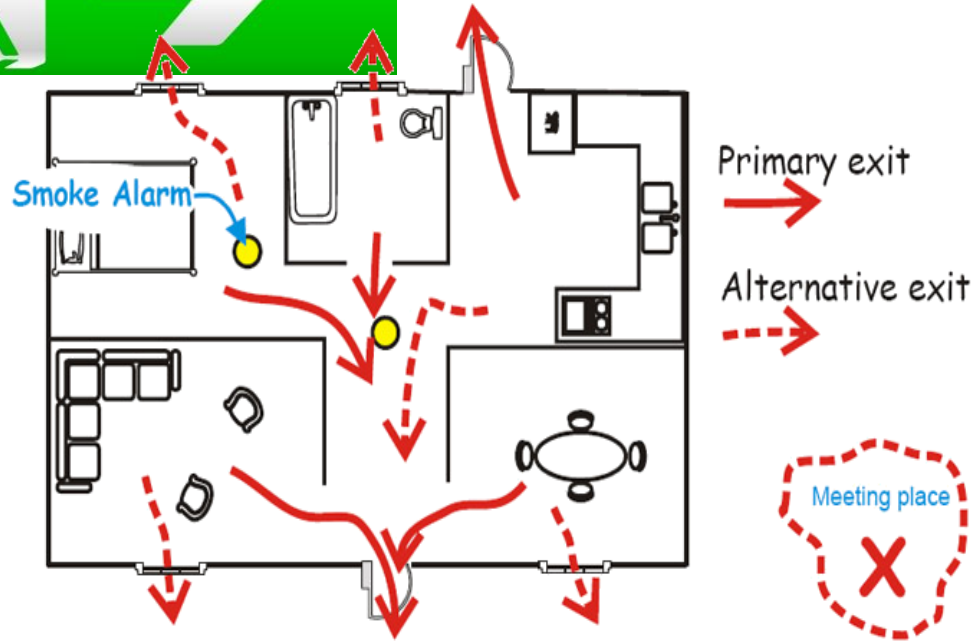
Designate a Place Outside to Meet

meeting place



محل تجمع ایمن





محل ملاقات





نقشه خطر زلزله خانه من

به ترتیب رسم کنید (تصور کنید خانه را از بالا بدون سقف می بینید) :

۱. دیوار دور خانه (قسمت مسکونی، نه حیاط)
۲. درب ورودی
۳. دیوارهای آشپزخانه، اتاق ها، هال، توالت و حمام
۴. نقاط خطر با علامت ضربدر (×) قرمز . این نقاط عبارتند از هر شی سنگین یا برنده ای که امکان جابجایی، افتادن یا پرت شدن دارد. مانند شیشه، بوفه، لوازم دکوری، ...
۵. نقاط امن برای پناه گرفتن با علامت بعلاوه (+) سبز . مانند زیر میز محکم، سه گوش دیوار، کنار ستون، ...
۶. سعی کنید نقاط خطر را بر طرف کنید. هر نقطه خطری که تبدیل به نقطه امن شد، روی ضربدر آن علامت بعلاوه (+) بکشید. در این حالت ، یک علامت ستاره خواهید داشت.



فرض کنید سقف خانه خود را برداشته‌اید و از بالا به خانه نگاه می‌کنید. با خطوط ساده:

۱- دیوار دور خانه را مشخص کنید.

۲- درب ورودی را مشخص کنید.

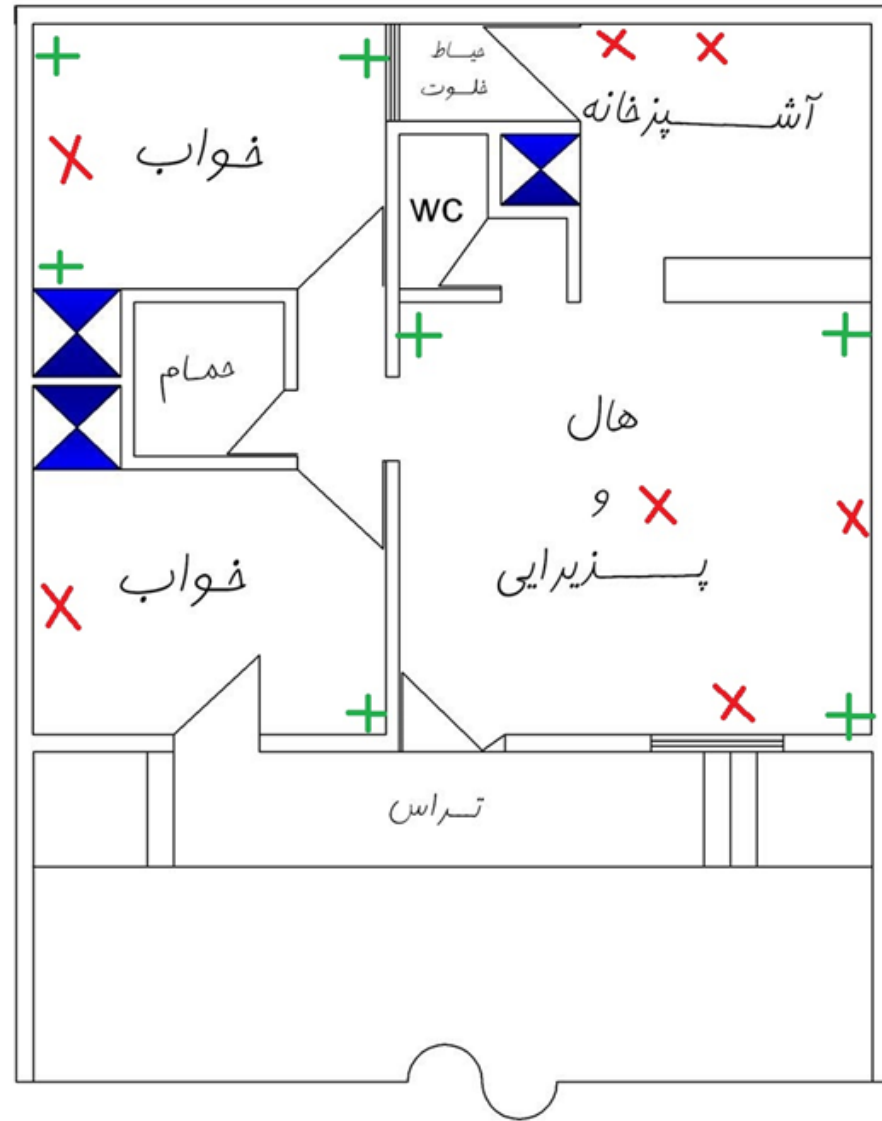
۳- دیوارهای اتاق‌ها، هال و پذیرایی، آشپزخانه و سایر نقاط خانه را مشخص کنید.

۴- جای اجسام بزرگ (مانند یخچال، فریزر، قفسه‌ها و) و اجزایی که در اثر زلزله ممکن است سقوط کنند را مشخص کنید.

۵- نقاط پرخطر را با علامت ضربدر قرمز رنگ (X) مشخص کنید.

۶- نقاط امن برای پناه گرفتن را با علامت بعلاوه سبز رنگ (+) مشخص کنید.

توجه: شما باید نقاط خطر را با کارهایی که انجام می‌دهید (خطر غیر سازه‌ای) برطرف کنید.





نقاط امن

- ▶ محیط کنار ستونهای اصلی ساختمانها و دیوارهای بین آنها (دیوار حمال)؛ امن ترین نقاط در برابر ریزش آوار بوده و بیشترین مثلث حیات در آنها تشکیل می گردد.
- ▶ به هنگام وقوع زلزله به صورت درازکش و با پوشاندن سر در کنار این دیوارها و به حالت نشسته با پوشاندن سر در کنار ستونهای اصلی قرار گیرید.
- ▶ اگر در آسانسور بودید و متوقف کردن آن ناممکن بود، سریعاً در یکی از گوشه های آسانسور قرار بگیرید و زانوهای خود را شل کنید.
- ▶ اگر در راه پله بودید و فرصت خروج نداشتید؛ سریعاً در پاگرد قرار بگیرید و در حالت نشسته سر خود را با دو دست بپوشانید.
- ▶ در هنگام رانندگی و در گاراژ خودرو از خودرو خارج شده و در کنار شاسی آن به صورت درازکش پناه بگیرید. شاسی خودرو یکی از بهترین مثلث های حیات را برایتان ایجاد می نماید.
- ▶ یخچال، فریزر، لباسشویی می توانند وزن آوار را منحرف نمایند؛ پس حوالی آنها نیز جانپناه خوبیست.
- ▶ نوزادان و اطفال را در قسمت داخل شکم خود در زمانی که در نقطه ایمن قرار دارید؛ قرار دهید و سر و روی آنها را بپوشانید.
- ▶ در زیر آوار به صورت آرام و شمرده نفس بکشید و تنها فریاد خود را برای زمانی نگهدارید که مطمئن هستید که ناجی بالای آوار به دنبال شماست.



نقاط ناامن

- ▶ روی تخت خواب، زیر میز، چارچوب در، داخل آسانسور، راه پله و وسط اتاق، محیط مجاور پنجره ها از ناایمن ترین نقاط در هنگام وقوع زلزله می باشند.
- ▶ صد در صد تمام کسانی که در زلزله سال ۲۰۱۱ گواتمالا در زیر میز یا چارچوب در قرار داشتند؛ کشته شدند و یا دچار قطع عضو شدید شده اند.
- ▶ در داخل و خارج ساختمان از قرار گرفتن در کنار دیوارهای جانبی ساختمان اکیداً خودداری کنید.
- ▶ در خارج از ساختمان از زیر درختان، پنجرها، کابل‌های برق و اقلام در حال سقوط دوری کنید و به وسط خیابانها پناه ببرید.
- ▶ برای فرار به هیچ وجه از آسانسور استفاده ننمائید.



نقشه خطر سیل منطقه / محله امن

به ترتیب رسم کنید:

۱. محدوده منطقه / محله
۲. مناطق مهم منطقه / محله (مدرسه، مسجد، پل و غیره) با بعلاوه (+) مشکی
۳. خانه خودتان با ضربدر (X) آبی
۴. مسیر سیل با فلش (←) قرمز
۵. مناطق امن با دایره (O) سبز
۶. مسیر فرار با فلش (→) آبی



نقشه خطر سیل منطقه / محله من

محتویات کیف اضطراری

جعبه کمک های اولیه
پول
مدارک مهم (شناسنامه، اسناد زمین، ...)
مواد غذایی خشک / کنسرو
کنسرو بازکن
وسایلی مانند چاقو، طناب و ...
آب
رادیو با باتری اضافه
چراغ قوه با باتری اضافه
وسایل ویژه نوزادان/سالمتندان/بیماران
وسایل زنان (توار بهداشتی، قرص ضد بارداری)
کفش محکم
لباس (گرم، زیر، ...)
آنچه که برای فرد عزیز است
کارت شناسایی افراد در بلایا
نقشه خطر منزل و محله

اماکن مهم محله با علاوه متکی (+)

خانه خودتان با ضریب آبی (x)

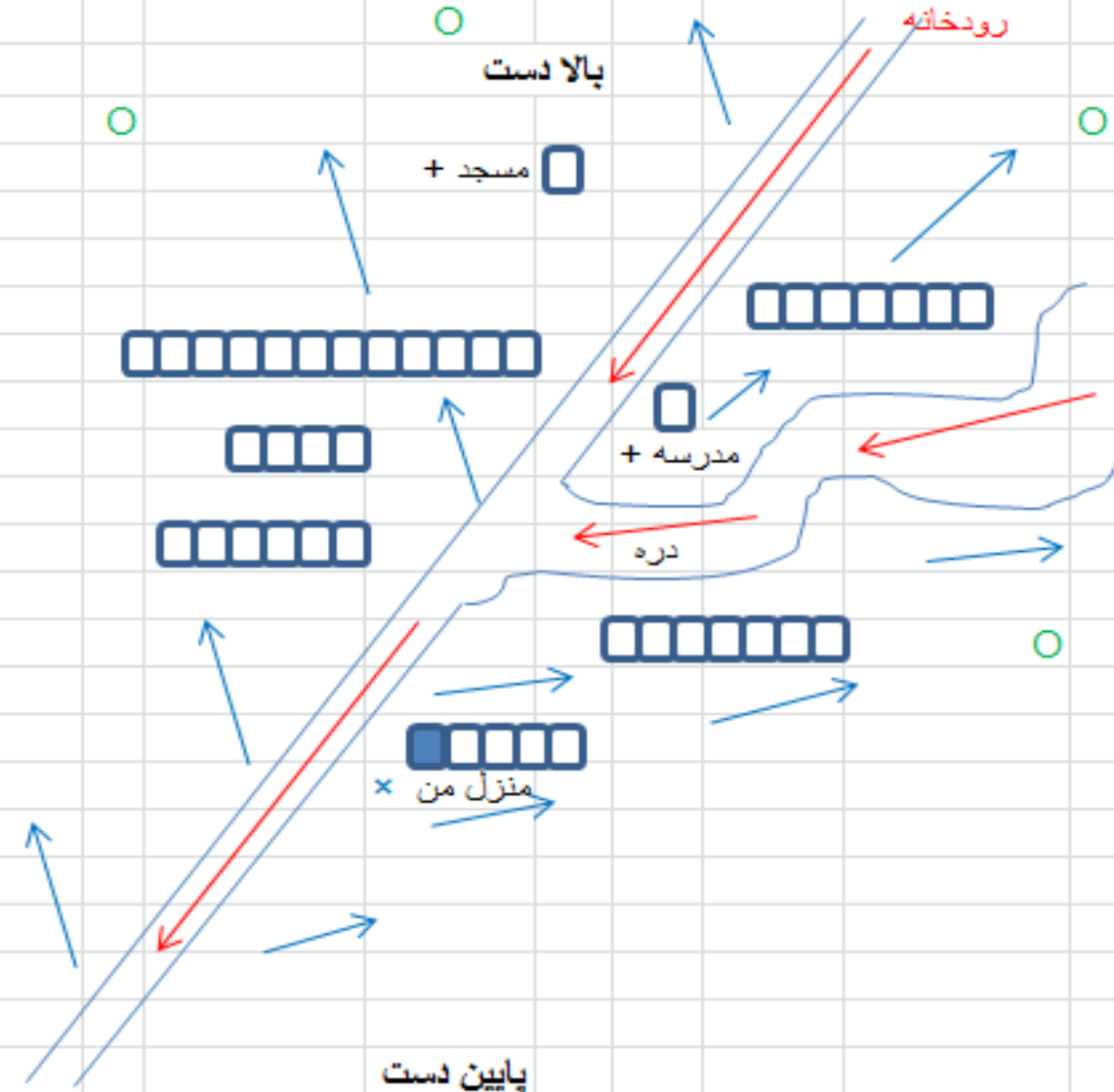
مناطق امن با دایره سبز (O)

مسیر سیل با فلش قرمز (→)

مسیر فرار با فلش آبی (←)

رودخانه

پایین دست



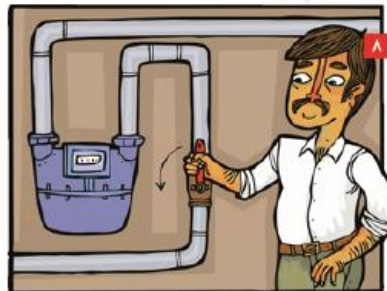


برنامه تخلیه منزل در شرایط اضطراری

- ▶ در هر خانواده باید برنامه تخلیه در شرایط اضطراری تعریف شود و توسط افراد خانوار تمرین گردد. تخلیه منزل در موارد زیر صورت می گیرد:
- ▶ پس از وقوع یک زلزله. البته بعد از اطمینان از تمام شدن لرزش های آن. در هنگام وقوع زلزله فقط در نقاط امن ساختمان پناه بگیرید. مگر در منازل یک طبقه ای که مطمئن هستند بلافاصله وارد حیاط می شوید.
- ▶ قبل از وقوع یک زلزله بر اساس هشدار رسانه ها و مسئولین
- ▶ قبل از وقوع سیل یا طوفان بر اساس هشدار رسانه ها و مسئولین
- ▶ در برنامه تخلیه موارد زیر باید مد نظر باشند:
- ▶ از قبل محلی را برای جمع شدن خانواده مشخص کنید. در خصوص سیل یک منطقه مرتفع را مشخص نمایید



- ▶ با آرامش خارج شوید
- ▶ قبل از خروج کیف اضطراری خود را بردارید
- ▶ به افراد آسیب پذیر کمک کنید
- ▶ شیرگاز را ببندید
- ▶ کنتور برق را قطع کنید
- ▶ در را پشت سر خود قفل کنید





وسایل کیف اضطراری



جعبه کمک های اولیه

۱

پول

۲

مدارک مهم (شناسنامه، اسناد زمین، ...)

۳

مواد غذایی خشک / کنسرو

۴

کنسرو بازکن

۵

وسایلی مانند چاقو، طناب و ...

۶

آب

۷

رادیو یا باتری اضافه

۸

چراغ قوه یا باتری اضافه

۹

وسایل ویژه نوزادان / سالمندان / بیماران

۱۰

وسایل زنان (نوار بهداشتی، قرص ضد بارداری)

۱۱

کفش محکم

۱۲

لباس (گرم، زیر، ...)

۱۳

آنچه که برای فرد عزیز است

۱۴



Be WISE Be PREPARED

Emergency Evacuation Kit



Keep a local map so you can follow evacuation routes



First Aid Kit for medical Emergencies

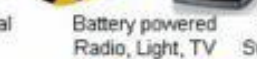


Flash Light



Batteries

Whistle



Battery powered Radio, Light, TV

Multi purpose Swiss army knife

Duct Tape



2 Gallons of water per person per day



Canned & non perishable food items for whole family



Manual can opener



Matches or Lighter in a waterproof bag



Thermometer



Cereals



Bread



Cookies & Crackers



Manual cell phone charger & car charger



Permanent markers, Pen & Paper



Baby Milk Items



Energy Bars



Water Purification Tablets



Cash for emergency if credit cards don't work



Coins for calls & use in vending machines



Waste Bags



Extra pair of prescription eye glasses



Clothes, towels, blankets, shoes, hats, undergarments etc



Personal toiletries



All personal & necessary documents in a waterproof box



Medicine & Prescription for Refill



Insect Repellent



Leather or Vinyl Gloves



Family Photographs for identification purpose



Nylon Cord



Emergency Tel. Numbers

This is a suggested list. While choosing the contents of your emergency kit, please consider the needs of all your family members.



72-HOUR SURVIVAL KIT

Stay alert and keep these items ready this rainy season



EVERYWHERE
www.news5.com.ph

WHISTLE

It's bad enough that you don't have a signal on your mobile phone but worse when you run out of battery. When you're in distress and need to draw attention to yourself, having a whistle can help rescuers spot you.

CLOTHES

When it rains, it pours! When you get wet, make sure you have dry clothes to quickly change into. You can't afford to get sick and in times like these, the threat of disease spreading is extremely high.

FLASHLIGHT

When electricity is out, don't be left in the dark. A handy flashlight will be your best guide as you rummage through the darkness.

BOTTLED WATER

You can survive without food but not without water; it's the most important thing on your list and should be the first thing you pack in your survival kit. Prepare at least 3 liters of water that's good for 3 days.

IMPORTANT DOCUMENTS

When you need to thread on high waters, it's a good idea to keep your important documents in a waterproof container or resealable plastic bag.

CELLPHONE

If you're stranded in the middle of nowhere and you need to call for help, your mobile phone will do, just make sure your battery is always full. So hold on to playing Candy Crush for now, your 100th request can wait.

BATTERY-OPERATED RADIO

Keep up-to-date with what's going on in the news. Listen for updates and monitor events following a disaster. Ignoring evacuation instructions could spell the difference between life and death.

READY-TO-EAT FOOD

Food is vital for your survival. Just make sure you pack foods that will last at least 3-7 days. Packaged non-perishable or canned food and boxed juice are best.

EMERGENCY MONEY

AIM offline? Always make sure you have cash on hand just in case you'll need to buy extra supplies.

FIRST AID KIT

Whatever the weather is, you should have a first aid kit with you at all times. Just remember, your best defense is a good offense.

TEXT BY: RALPH ABOGADO
GRAPHICS BY: MICA CRUZ

EMERGENCY NUMBERS

RESCUE 5 HOTLINE | 922-5155

PNP | 117

OR SEND TXT PNP TO 2920

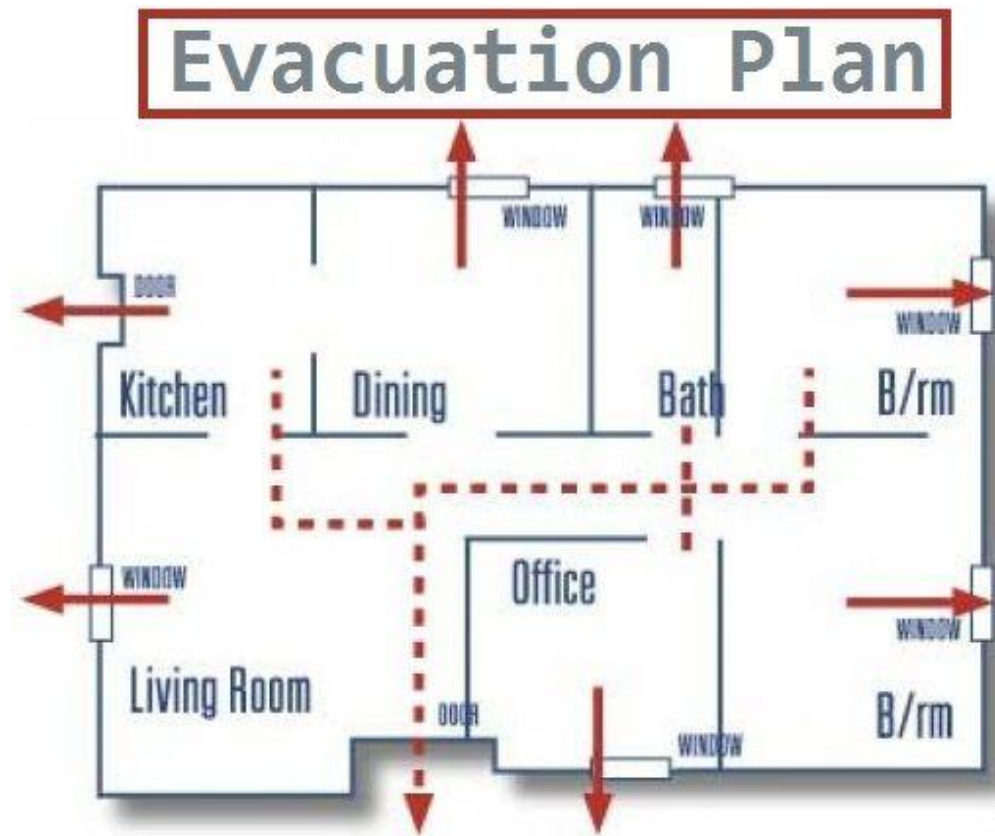
NATIONAL DISASTER AND
RISK REDUCTION AND MANAGEMENT COUNCIL

(02) 911-1406, (02) 912-2665

(02) 912-5668, (02) 911-1873



رسم نقشه خطر برای محل کار





سادگی

- ▶ اصل ساده بودن به تفهیم سریعتر و درک بهتر موقعیت افراد در هنگام بروز خطر کمک خواهد کرد.
- ▶ هدف نجات جان انسانها است.
- ▶ بنابراین در یک نقشه خطر فقط اشیاء ضروری نمایش داده خواهند شد.
- ▶ استفاده از خطوط ساده سیاه و سفید برای دیوارها و پنجره ها
- ▶ نمایش واضح نقاط مهم مانند کپسول اطفای حریق و دربهای خروج با استفاده از طرحهای گرافیکی و نگارش عنوان این نقاط



نمایش عناصر نقشه

- ▶ طرح اولیه از دیوار و درها
- ▶ همچنین محلی ایمن برای جمع شدن افراد در حوادث
- ▶ نقطه آغاز
- ▶ یک نقطه قرمز با درج جمله **شما اینجا هستید.**
- ▶ قطب نما
- ▶ با نمایش حرف **N** در جهت **قطب شمال** در یک گوشه نقشه
- ▶ نقاط خروج
- ▶ مشخص نمودن دربهای خروج با درج عبارت خروج این نقط باید واضح و قابل رویت در تمامی ساعت شبانه روز بوده و به به سمت دربهای راهنمایی کنند که **هرگز قفل** نباشند.



نمایش عناصر نقشه

- ▶ محل تجمع ایمن
- ▶ نقطه ای در خارج از محل های نا امن که افراد در آن تجمع میباند. با درج عبارت **محل تجمع ایمن**
- ▶ تجهیزات اطفای حریق
- ▶ استفاده از یک علامت (آیکون) برای وسایل اطفای حریق روی نقشه
- ▶ جعبه کمکهای اولیه
- ▶ یک نشان مانند + برای نمایش جعبه و اطاق کمکهای اولیه
- ▶ سایر نقاط مهم
 - ▶ ایستگاه شستشوی چشم
 - ▶ راه پله فرار
 - ▶ دیگر ایستگاه های ایمن



قراردادن نقشه در محلهای پرتردد

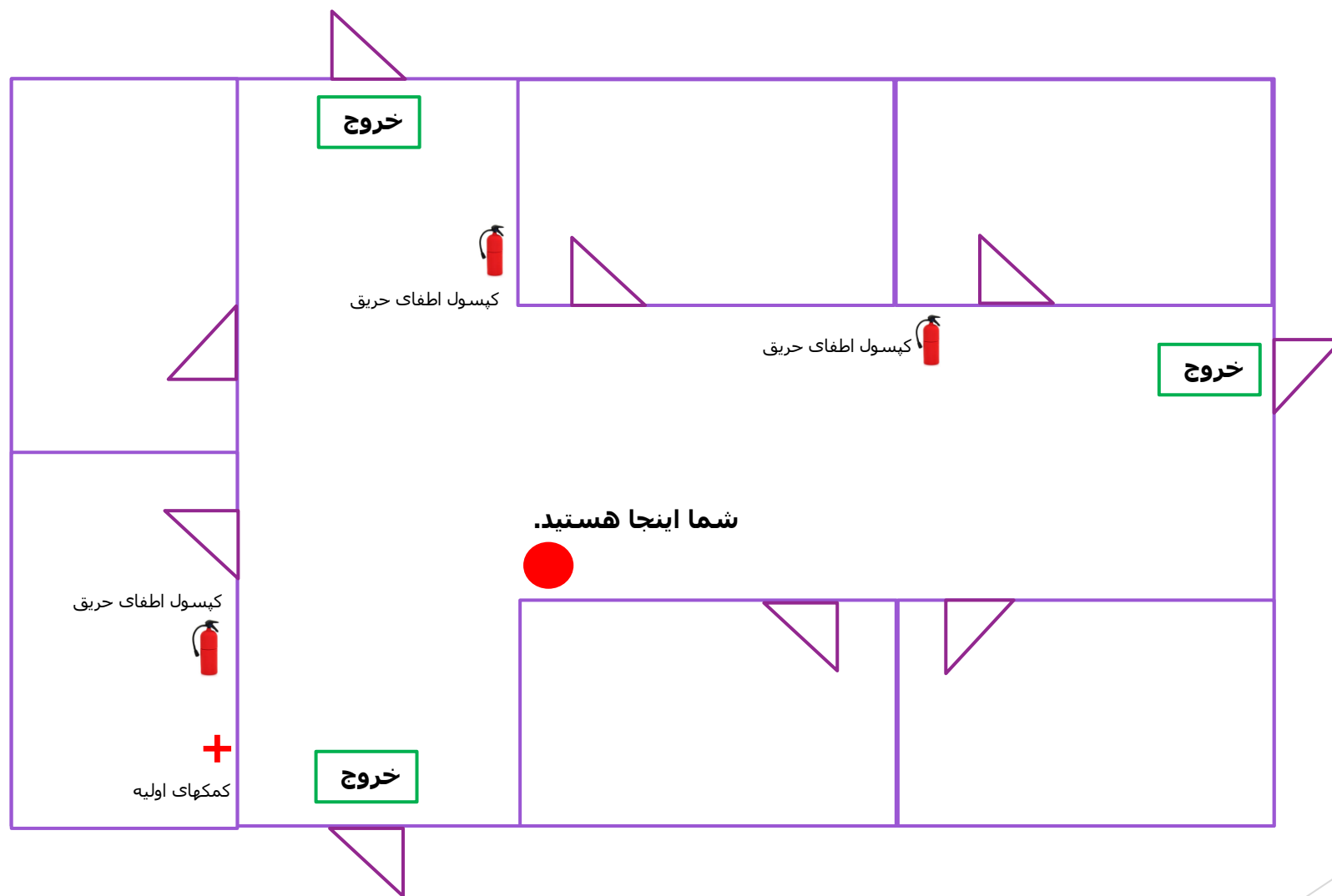
- ▶ برای مفید واقع شدن نقشه
- ▶ نصب در روی دیوار خلوت
- ▶ نصب در محل پر رفت و آمد
- ▶ درج عبارت شما اینجا هستید
- ▶ برای درک بهتر نقشه بهتر است آن را به نحوی نصب کنید که اشیا در محل های واقعی خود قرار داشته باشند.
- ▶ اشیا سمت راست و یا چپ واقعا در محل خود قرار داشته باشند.



رسم نقشه خطر محیط کار



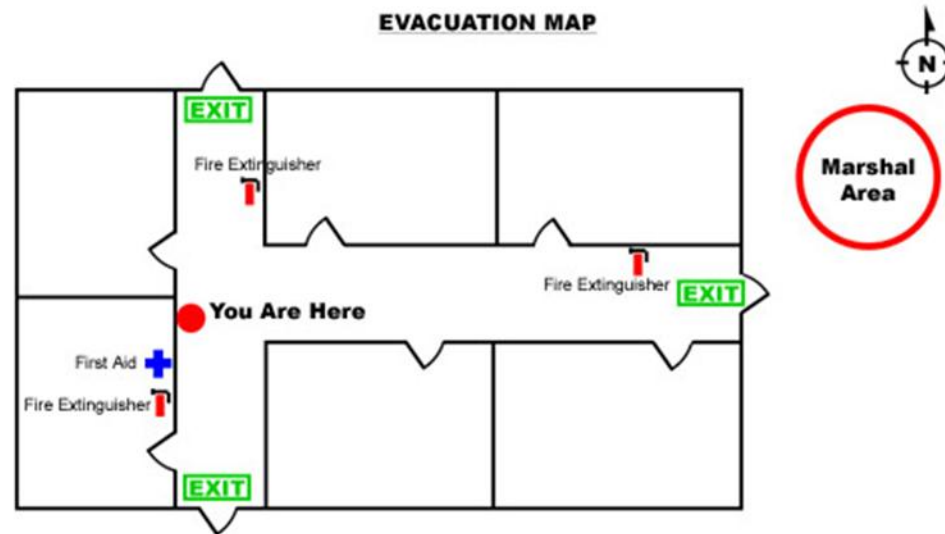
محل
تجمع
ایمن

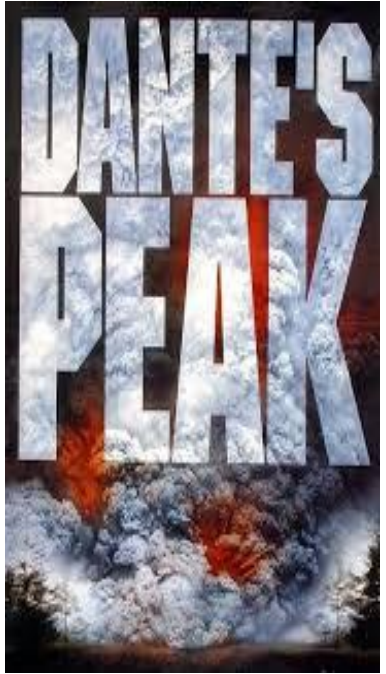




وسایل ساده برای تهیه نقشه

- ▶ این نقشه را میتوان با قلم و کاغذ ساده تهیه نمود و یا با قلم رنگی آن را واضح تر کرد .
- ▶ حتی با نرم افزار های ساده مانند آفیس قابل طراحی است.
- ▶ قاب کردن آن و یا استفاده از نقشه بدن قاب نیز اهمیتی ندارد.





خلیه شهر بیاندازیم.





سریعترین عملیات نجات هماهنگ در مدت ۲۴ دقیقه پس از سانحه هوایی

US Airways Flight 1549

در تاریخ ۱۵ ژانویه ۲۰۰۹ از فرودگاه لاگاردیا شهر نیویورک عازم فرودگاه بین‌المللی شارلوت داگلاس برای توقف بین راهی بود که مجبور به فرود اضطراری در آب‌های رود هادسون می‌شود.

با وجود از کار افتادن هر دو موتور بر اثر برخورد پرندگان، کاپیتان چیسلی سولنبرگر توانست هواپیما را به آرامی در آب رودخانه بنشاند و در حالی که هواپیما تا نیمه در آب غوطه‌ور بود، همه **۱۵۵** مسافر و خدمه تخلیه شدند.

«معجزه در هادسون»

- ▶ پلیس غواص
- ▶ گشت ساحلی
- ▶ برج مراقبت
- ▶ گردشگران محلی

